

## Меню на 28.01.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 19			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша "Боярская"	200	7,75	6,49	28,08	203,19	0,4	26	10,92
	Кофейный напиток с молоком	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с маслом и сыром	30 5 15	2,35	4,53	15,10	110,75		110	
2-ой завтрак	Яблоко	100	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
	Суп манный на к/б с гречками	250 30	5,43	5,80	14,40	131,63	30	41	6,65
	Капуста тушеная с курами	220	16,32	11,62	26,20	277,04	0,05		19,69
	Компот из сухофруктов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбное суфле из пикши	150	22,05	5,28	39,89	295,94	1,8	79	35,95
	Булка	30	0,00	0,00	0,00	0,00			1,6
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2
стоимость итого									95,73
Ужин	Картофельные зразы с мясом кур	170	2,23	4,05	17,42	115,37	1,6	68	18,62
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,34
	Кисель	200	0	0	7	26,3			1,3
стоимость итого									115,9
Итого за девятнадцатый день			64	57	255	1686	45		